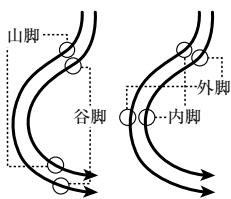


知ってトクするスキー用語

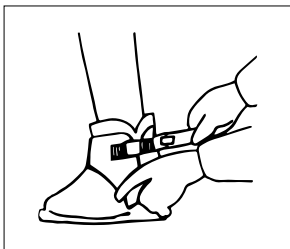


<p>(インサイドエッジ) 内エッジ</p> <p>外エッジ (アウトサイドエッジ)</p>	<p>山まわり 谷まわり</p> <p>フォールライン 最大傾斜線</p>	
<p>プルークボーゲン</p>	<p>シュテムターン</p>	<p>ターン 前半 ターン 後半</p>
<p>ロングターン</p>	<p>ショートターン</p>	<p>シェーレン・ ステップターン</p>
<p>切り換え</p>	<p>荷重</p> <p>加圧などと呼ばれることもある</p>	

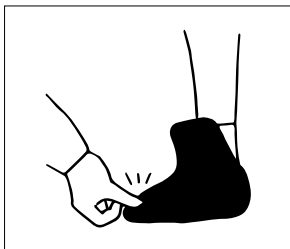
子どものスキー用具の選び方

《スキーブーツの選び方》

- 保温性・防水性がしっかりして足が冷たくなならないもの。
- 幼児は重さが大敵なのでとにかく軽いもの。ジュニアになったら重さより他の機能性を優先すること。
- サイズは2シーズン使用を前提とし、最大でも1サイズ大きめに止めないとスキー操作がしにくくバイディングの安全機構が正しく働かないのでケガの原因になる。



↑両足とも子どもに履かせてみて、バックルを少しきついぐらいに締めてみてフィット感を見てあげる。特にクルブシあたり、ツマ先、フクラハギあたりの痛さや当たりの強さをちゃんとチェックしてあげること。



↑サイズのチェックは、インナーブーツを抜いて両足に履かせ、指で押して余裕を見てあげるとわかりやすい。足の形が外からわかるほどだと完全に小さい。ツマ先に少し余裕（1センチ～）をとったほうがいい。

《スキーの選び方》

- 幼児は軽さを重要視して欲しい。
 - 子どもは成長が早いので長めのスキーをと考えがちだが、長いスキーは、スピードに対しての安定感はあるが、重く回しにくいのでケガの原因になりやすい。反面、短いスキーは安定性にかけるが、カービングスキーなら大丈夫。子どもはバランス感覚が良く、少々短くてもスイスイ滑ってくるから無理に長いスキーを使用することはない。
 - 初めて板を選ぶ時は高額な人気メーカーにこだわらず、カービングスキーであれば大丈夫。3歳から始めるお子様は70cmからが良い。3歳～6歳のお子様には、よほど体重が重くない限り、軽くて柔らかい板を選ぶこと。
 - スキーの長さの目安は技術レベルや体重で違うが、女のコ、男のコの差はほとんど考える必要はない。
- 身長が110cm以上のお子様
【スキー板の長さ】=【身長】-【10～0cm】
- 身長が110cm未満のお子様
【スキー板の長さ】=【身長】-【10～15cm】